

## Top Judo Utrecht, Train met ons mee!!

Utrecht, 31 maart 2010

### Rico van der Wind geplaatst voor Nederlands Kampioenschap

Op 27 maart organiseerde het district Midden-Nederland van de Judo Bond de Districts Kampioenschappen voor jongens en meisjes tot 15 jaar. Deze districtskampioenschappen gelden als de voorronden voor de Nederlandse Kampioenschappen. De beste drie van iedere gewichtsklasse plaatsen zich voor deelname aan dit NK. Rico van der Wind (SV Odijk) behaalde een fraaie derde plaats en mag dus aan het NK deelnemen. Gefeliciteerd met deze uitstekende prestatie! Wij wensen Rico veel succes tijdens het NK in Eindhoven op 10 april.

### Top Judo Utrecht bij Raadsinformatieavond

Op 11 februari was Top Judo Utrecht vertegenwoordigd tijdens een zg. raadsinformatie avond. De aanleiding voor deze bijeenkomst was het advies dat de VSU heeft opgesteld met betrekking tot het gemeentelijke sportbeleid. In dit advies wordt Top Judo Utrecht genoemd als organisatie die in aanmerking komt voor een potentiesport status.

Raadsleden hadden vragen over de criteria voor sportindelingen (in kernsporten, focussporten en potentiesporten). Ook wilden de raadsleden praten over de rol van de gemeente binnen de sport. De raad ging hierover in gesprek met Utrechtse sportclubs, Vereniging Sport Utrecht (VSU), Olympisch Netwerk Midden Nederland (ONMN) en de wethouder Sport. Wij hebben tijdens deze bijeenkomst het belang van de Potentiesport status voor Top Judo Utrecht onder de aandacht gebracht.

### Trainingen voorjaarsvakantie

Tijdens de afgelopen voorjaarsvakantie organiseerde Top Judo Utrecht extra trainingen op woensdag de 24<sup>e</sup> en vrijdag de 26<sup>e</sup> februari. Tevens werd op zondag 28 februari een Bostraining georganiseerd. Tijdens deze trainingen verwelkomde Top Judo Utrecht ook judoka's afkomstig van judovereniging Anton Geesink uit Culemborg en judovereniging Groot Houten uit Houten. Met veel inzet en plezier werden intensieve wedstrijdtrainingen afgewerkt. Gedurende deze week werd getrained door judoka's afkomstig van in totaal zeven clubs!!

De Bostraining dreigde in de stromende regen afgewerkt te moeten worden maar precies op tijd klaarde het weer op en werden de shirts uitsluitend nat van het vele zweet. (De foto's zijn te bewonderen op de website [www.TopJudoUtrecht.nl](http://www.TopJudoUtrecht.nl))



Foto's van de trainingen in de voorjaarsvakantie.

### **Gewichtsbeheersing voor wedstrijdjudoka's**

In de afgelopen tijd kregen wij veel vragen over afvallen (aftrainen) om als judoka in een bepaalde gewichtsklasse aan wedstrijden mee te kunnen doen. Het blijkt dat hierover veel misverstanden bestaan. Het afvallen wordt op eigen houtje en vaak op een ongezonde manier, gedaan.

Daarom heeft Top Judo Utrecht hiervoor een duidelijk beleid opgesteld. Dit om de judoka's op een verantwoorde en gezonde manier te kunnen begeleiden. Voor de judoka's en hun ouders is een document beschikbaar waarin dit beleid wordt uitgelegd en praktische tips worden gegeven. Deze informatie is verkrijgbaar via [info@TopJudoUtrecht.nl](mailto:info@TopJudoUtrecht.nl).

### **Eerste concrete stappen op weg naar goede medische begeleiding**

Sinds enige tijd is fysiotherapeute Eline Klein Kranenburg betrokken bij Top Judo Utrecht. Zij zal zich gaan bezighouden met de medische begeleiding van de judoka's, waarbij de volgende doelstellingen worden gehanteerd:

- Preventie van blessures om constante fysieke gezondheid te waarborgen en prestaties te kunnen leveren;
- Opzetten van een netwerk van medisch gespecialiseerden die op (zeer) korte termijn ondersteuning en behandeling kunnen bieden indien blessures zich voordoen;
- Adviseren van de trainers/coaches.

In de komende tijd zullen wij contacten leggen met fysiotherapeuten in de diverse woonplaatsen van de judoka's zodat evt. noodzakelijke behandeling altijd snel dichtbij huis plaats kan vinden. Verder zijn er ook contacten gelegd met een sportarts. Wanneer er op dit moment vragen zijn, of medische zaken die je aan Eline wilt voorleggen, aarzel dan niet en neem contact met ons op. In de komende weken zal Eline ook de trainingen bijwonen.

### **Eerste sponsors dienen zich aan**

In de afgelopen weken hebben een paar bedrijven en een aantal particulieren zich aangeboden als sponsor van Top Judo Utrecht. Ondertussen gaan wij door met actief zoeken naar sponsors en het leggen van contacten.

Top Judo Utrecht zoekt de volgende sponsors:

- Eén hoofdsponsor met twee of drie subsponsors. Bedrijven of organisaties die de ontwikkeling van jeugdtalent van groot belang vinden. Top Judo Utrecht biedt aan de hoofdsponsor en subsponsors:
  - Vermelding op de wedstrijdkleding voor zover dat reglementair toegestaan is.
  - Logo en doorlink op een prominente plaats op de website [www.TopJudoUtrecht.nl](http://www.TopJudoUtrecht.nl).
  - Logo op een prominente plaats op alle drukwerk communicatie op initiatief van Top Judo Utrecht.

- Bedrijvenclub. Bedrijven die zich verbonden voelen met de filosofie van Top Judo Utrecht en een bijdrage van € 50 per maand geven. Top Judo Utrecht biedt aan de bedrijven van de bedrijvenclub:
  - Logo en doorlink op de website [www.topjudoutrecht.nl](http://www.topjudoutrecht.nl) .
  - Logo op alle drukwerk communicatie op initiatief van TJU.
- Vrienden van Top Judo Utrecht. Particulieren of bedrijven die een bijdrage van € 100 willen doneren. Deze personen en bedrijven worden gedurende twee jaar op de website van Top Judo Utrecht vermeld in de lijst Vrienden van Top Judo Utrecht.
- Ad hoc sponsoren. Sponsoren die eenmalig een bijdrage willen leveren. De namen van deze sponsoren worden verbonden aan de activiteit waarvoor zij bijdragen. De vorm wordt in overleg bepaald.

*In verband met groeiende belangstelling en toename van het aantal judoka's zijn wij op zoek naar een sponsor voor 40 m<sup>2</sup> judomatten + kar. Kostprijs € 3.500.*

Als iemand relaties of bedrijven heeft, die belangstelling hebben voor sponsoring, dan horen wij dat graag. Wij gaan met die relatie vrijblijvend de discussie aan of sponsoring interessant is. Meer informatie nodig? Neem dan contact op met Top Judo Utrecht via [sponsoring@TopJudoUtrecht.nl](mailto:sponsoring@TopJudoUtrecht.nl).

### **Vragen en/of opmerkingen over Top Judo Utrecht?**

Voor meer informatie, vragen en/of opmerkingen over Top Judo Utrecht kun je contact opnemen met Marcel Houtzager via 06-51248216 of [info@TopJudoUtrecht.nl](mailto:info@TopJudoUtrecht.nl)

Ook voor, of na afloop van de trainingen, zijn wij altijd bereid eventuele vragen te beantwoorden!

Voor meer informatie en bijvoorbeeld de trainingstijden kijk je ook eens op de website: [www.TopJudoUtrecht.nl](http://www.TopJudoUtrecht.nl)

Of meld je aan voor de Top Judo Utrecht Hyves: [www.TopJudoUtrecht.hyves.nl](http://www.TopJudoUtrecht.hyves.nl)